

Tarifs par année scolaire

Forfait pour les 5 stages de 2 jours	975 €	375 € à l'inscription 300 € en janvier 300 € en avril
Repas pour les stages de 2 jours (végétarien et biologique)	35 €	Pour les déjeuners du samedi et du dimanche
Stage d'été de 5 jours	495 €	
Repas du stage d'été	180 €	Dimanche : dîner Du lundi au vendredi : petit-déjeuner et déjeuner Samedi : petit-déjeuner
Suivi pédagogique	60 €	Pour 1h de cours
Adhésion annuelle à la VFF	50 €	Au mois de septembre de chaque année

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Toute personne qui souhaite s'inscrire à cette formation doit être pratiquante de yoga et être adhérente à la VFF (*Viniyoga Fondation France*).

Pour que son inscription soit effective, chaque participant doit avoir participé à un entretien préalable avec la formatrice et ensuite lui adresser :

- Une lettre de motivation
- Le bulletin d'inscription
- Une photo d'identité
- Un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga
- Un chèque d'acompte de 375 euros* à l'ordre de Céline Peillon

Une confirmation d'inscription sera envoyée à chaque participant.

**L'acompte sera remboursé en cas de désistement avant le 24 juillet 2022*

RENSEIGNEMENTS

Pour tout renseignement, contacter :

Céline Peillon
20 impasse de la Mare
Lieu-dit Chauzauaud
24420 Savignac Les Eglises
06 22 95 08 04
celinepeillon@ananda-bhavan.fr
www.ananda-bhavan.fr

FORMATION de PROFESSEURS de YOGA

2022 - 2026 en Périgord

Céline Peillon

Professeure de yoga et de yogathérapie
Formatrice de professeurs de yoga
Membre de la *Viniyoga Fondation France*

LA FORMATION

Directement inspirée des enseignements délivrés par Bernard Bouanchaud, eux-mêmes transmis par *Krishnamacharya* et *Desikachar*, la formation de professeurs de yoga proposée à *Ananda Bhavan* a pour but de conduire chaque participant à l'autonomie grâce aux enseignements collectifs mais aussi grâce aux cours individuels permettant à l'élève et au professeur de s'installer dans une relation de confiance réciproque, levier nécessaire à l'évolution de chacun.

Le programme comporte la théorie et la pratique des postures, du contrôle du souffle, et l'étude de leurs effets sur le comportement et la santé. L'étude du texte fondateur du yoga, le *Yoga sūtra* de *Patañjali*, ainsi que celle d'autres grands textes de la philosophie indienne font partie de la formation.

Un certificat d'aptitude à l'enseignement du yoga sera délivré à l'issue des quatre ans par la *Viniyoga Fondation France* à celles et ceux qui auront suivi le cursus complet et qui auront satisfait au week-end d'évaluation comportant la soutenance d'un mémoire et un test de connaissances techniques et pédagogiques.



CELINE PEILLON

Kinésithérapeute et ostéopathe de formation, pratiquante de yoga depuis 1995, Céline Peillon découvre la yogathérapie et ses nombreux bienfaits en 2005, lors de sa rencontre avec Bernard Bouanchaud.

Elle décide alors de se former pour devenir professeure de yoga puis professeure de yogathérapie, et ouvre en 2011 une école dédiée à la pratique du yoga de *Krishnamacharya* et de son fils *Desikachar* à Libreville (Gabon) dans laquelle le suivi individuel à visée thérapeutique occupe une place prépondérante.

Elle devient ensuite formatrice de professeurs de yoga et décide de cesser son activité d'ostéopathe pour se consacrer exclusivement au yoga et à la yogathérapie.

Céline est désormais installée en Dordogne, où l'essentiel de son activité est tourné vers la yogathérapie et la transmission du yoga dans le respect de la lignée dont elle est issue.

LE PROGRAMME

La formation représente 550 heures de cours réparties sur quatre ans, comme suit :

1ère et 2ème années :

- Théorie et pratique des postures
- Théorie et pratique des techniques respiratoires
- Construction d'une pratique personnelle
- Anatomie et physiologie appliquées au yoga
- Chapitres I et II des *Yoga-sūtra* de *Patañjali*
- Etude des textes : *Sāmkhya-kārikā* et *Bhagavad-gīta*

3ème et 4ème années :

- Théorie et pratique des postures proposées aux jeunes
- Théorie et pratique des *bandha*
- Théorie et pratique de l'utilisation du son et du mantra dans la pratique
- Notions d'*āyurveda* et application du yoga à la santé
- Chapitres III et IV des *Yoga-sūtra* de *Patañjali*
- Etude des textes : *Hatha Yoga Pradīpikā* et *Taittirya Upaniṣad*

Un suivi individuel est obligatoire pendant la formation, à raison de 30h réparties sur les quatre années, comprises dans les 550 heures de formation.

DATES - LIEU - HORAIRES 2022 - 2023

Stages	Dates	Lieu	Horaires
Stage 1	29 - 30 oct.	ANANDA BHAVAN Route de la Grange Dimière Chauzanaud 24420 Savignac-Les-Eglises	Samedi : 9h - 18h
Stage 2	10 - 11 déc.		
Stage 3	21 - 22 janv.		Dimanche : 9h - 16h
Stage 4	18 - 19 mars		
Stage 5	20 - 21 mai		
Été	17 au 21 juillet	8h - 18h du lundi au vendredi avec arrivée le dimanche soir à 18h et départ le samedi matin à 10h après la pratique et le petit-déjeuner	